

— *Five Rings* —

五环

2011年9月辑

新生特刊



点燃青春的圣火，扬起梦想的风帆，我和你一样，书写南体人自己的故事。



幸福的丈量

70941 仲泓

去年元夜时，花市灯如昼。月上柳梢头，人约黄昏后。
今年元夜时，月与灯依旧。不见去年人，泪满春衫袖。

——欧阳修《生查子》

一曲宋词宛若一缕不绝的幽香，穿越历史千年的城墙，漫溢在每个与六一居士有共同经历人的心上。同一段时间，同一个地点，同一种淡淡的风，可不同的是身边的陌生面孔像是穿错空间般恍惚。心便会无端的疼——曾经熟悉的呼吸，熟悉的话语，就忽然丢失在另一段时光里，再也找寻不回。也许自己唯一能做的就是慌乱，不舍甚至哀嚎。后悔自己没有早点学会珍惜，让爱自己的亲人、爱人在自己还没懂得珍惜的年代里远去，只留下一段悔恨和遗憾塞满心房。

记得外婆去世那年，我很难过，可有个人跟我说，生老病死，是自然规律，不要太悲伤，你的外婆虽不在了，但和她吃过饭的人还在，和她说过话的人还在……爱她，就以她为圆心画圆，这是爱的圆规，一种温暖的诉求，一场幸福的丈量。其实有些话不必多说，我们都会懂得。失去一个人，并非失去他留给你的痕迹——也许有一天你会在隐藏的角落里翻出一个他送你的发夹，因久而未用，锈迹斑斑，可是一段记忆像咬破堤坝的水，来的那么兴奋，那么惊喜。嘴角在那一刻上扬，而阳光俏皮地跳过窗框，明媚地躺在你指尖，温暖你久冻的心。这时你还会说他在你的生命里消失了吗？

我们在人生的荒僻乡里偶然遇见，仿佛野寺古庙中避雨邂逅，关怀前路崎岖，闲话家常，那样一份同是天涯沦落人的情愫也会油然而生，仿佛觉得有人与共患难就已足矣。忽而雨停鸡鸣，分手分道，有的人会很快抽离出失去对方的绝境，而有时候，总有那几个人躲避着不想面对。何不想想，不知道什么时候我们又会在古老的苍槐下相逢话旧。流年似水，沧桑如梦，静夜灯下追忆往事，他们蹶然的足音永远近在咫尺，几乎轻喊一声，那人就会提一壶龙井，推开半扇竹门，闲步进来细数别后风尘。

Five Rings

五环

2011年9月辑

新生特刊



点燃青春的圣火, 扬起梦想的风帆, 我和你一样, 书写南体人自己的故事。

主办单位 中国青年报
中国高校传媒联盟

承办单位
中国(江苏)高校传媒联盟
共青团南京体育学院委员会五环文学社

赞 助 卫康公益
媒体支持 微博校园

总顾问 王正伦
总编辑 李 江
副总编 王 蓉 王菁菁

学生编辑部(南体五环文学社)

主 编 吴建昕
文字编辑 仲 泓 徐梦菲
张 咪 吕心如
美术编辑 吴建昕 曲艺 韩菲静
责任编辑 朱申琪 唐沙沙
摄像摄影 学红磊 徐梦菲

地址:南京市玄武区灵谷寺路8号
南京体育学院校团委

邮编:210014

E-mail:
wuhuanmagazine@yeah.net

目 录

卷首语:《幸福的丈量》 体育系 仲泓(1)

最社团:驻足梦想的青春年华

- 《人间有爱,大爱无疆》 博爱社(3)
- 《只做回我自己》 风行者轮滑社(9)
- 《把汗水挥洒在梦想里》 魂之动漫社(11)
- 《南京体育学院吉他协会章程》 吉他社(14)
- 《年轻无极限》 NSI 极限飞盘(15)
- 《我们是 Cool yeah!!! 》 CY 街舞社(16)
- 《三月戏剧社》 (17)
- 《关注弱势群体,消除歧视,关爱生命》... 特奥社(18)
- 《英语吧,泡 WO 吧》 (19)
- 《附:南京体育学院学生社团管理细则》 (20)

最新生:军训大本营的快乐生活

- 《军训四味——军训开幕有感》... 体育系 周南(26)
- 《军训小记》体育系 魏伟(27)
- 《电影镜头里的军训人生》 体育系 蔡梦茹(28)
- 《Start of Something New》 体育系 许晓晓(29)
- 《军训小诗一则》 体育系 居银香(29)
- 《盛开的青春》 奥林匹克学院 王清妍(30)
- 《风雨中的成长》 运动健康科学系 刘小玮(31)

最时光:那些生命中温暖而美好的故事

- 《放不下的那些习惯》 体育系 徐梦菲(32)
- 《第36个故事》 体育系 韩菲静(33)
- 《在厦门,邂逅一只猫》 体育系 张 咪(34)

主编手札:

我们正当年 体育系 吴建昕(36)

人间有爱，大爱无疆

——南京体育学院博爱社

从2002——2010年南京体育学院博爱社团已有八年的爱心活动，我们的宗旨是尽自己最大的努力去帮助更多需要帮助的人，我们的活动在老师们的支持下和同学们的积极参与下取得了较好的效果。同时社会上也给他们提供了些帮助，例如庇护所等，我们目前合作对象是万家帮希望安养庇护所，我们执着、坚持和奉献的精神得到了肯定，这是我们活动的最大收获。

我们博爱社团自成立以来一直秉承着为他人服务的宗旨，不求回报，毫无怨言，老师对我们的工作都很肯定，也因此我们的同学都十分积极的参与各项活动，也很认真的对待社团中的每一件事。

我们服务的对象是社会上一一些特殊群体，他们有的是先天的，在出生的时候由于脑部缺氧造成残疾和智障，有的是后天环境影响而引起的，他们一部分人身体上与正常人不同，但大多数是思想上和我们的差异较大，服务期间每一位志愿者态度都很端正。

我们服务的主要目的是加强学员与人交流的能力，同时利用我们的专业知识帮助他们恢复身体机能，改善他们的生活质量，增强他们的自信心，培养他们与人沟通能力和社会适应能力，以及协助他们各项活动能够很好的开展。

对于我们的志愿者我们也坚持做到要有良好的责任心，耐心，充满爱心，对于自己的义务劳动是真心的，不求任何回报，同时有一定的信心去做好每一件事。

一、服务对象万家帮安养庇护所简介

万家帮希望安养庇护所是专门为成年智障群体服务的，集教育、康复、安养、庇护为一体的民间公益机构。庇护所以“平等、尊重、和谐、进取”为宗旨，以智障群体的康复为己任，奉行“零拒绝”的特殊群体安养理念。

服务项目：

(一)庇护所托养：一般为由于家庭无法照顾需要长期入住庇护所的智障人士，由庇护所保障其饮食起居等日常生活所需。

(二)庇护安养(日间照料)：一般为晚间其家庭可以照料，而日间需要庇护所照料的，重点为中、轻度智障人士。

(三)居家安养：一般以家庭有照料条件，有服务需求的服务对象。由中心派人上门，主要提供定期走访、日常生活照料、心理疏导、家庭康复及家庭教育支持等服务。

(四)家教支援：主要是学龄前需要特殊训练支持的特殊儿童、因身心原因无法进入教育机构的学龄儿童、需要特殊教育、训练的成年特殊群体，位于南京市玄武区锁金三村干休所一楼。

二、社团主要事项

2008——2011年主要活动事项：

1、紫金山之约，保护环境，“虎凤蝶”捡垃圾公益环保活动

2、收网球，为万家帮学员制作健身器材

3、相约奥体,安利健康跑,全民健身大家一起来

4、科宁方舟趣味运动会,你快乐我快乐大家一起乐

5、探访庇护所,对学员进行身体康复锻炼

6、回收军训服,为今后爱心事业更上一层楼

7、万家帮庇护所学员来我院参观并和志

愿者一起做游戏

8、全院性的回收塑料瓶,为低碳生活尽一份力

9、亚运知识讲座,让庇护所学员也融入我们的生活

10、中秋包饺子、送月饼,给万家帮庇护所学员送上中秋祝福

三、博爱社活动剪辑

1、2010年10月30日伊利纽崔莱万人长跑活动



快乐的笑容洋溢在我们每个人的脸上



活动开始前大家有序的排队做准备



健康跑在大家的齐心努力下圆满完成,在终点一起合照留念,记录下这感动的一瞬间!

志愿者帮助他们顺利上楼



2、2010年11月24日校园回收废弃塑料瓶活动



3、爱心进万家邦残疾人托管所

学员交流，谈着对生活的态度。
我们的志愿者在活动期间和万家帮得



利用我们所学的基本知识，帮助他们恢复身体机能。



感受生活，参观历史纪念馆



乎，你们的微笑是我们最大的收获。
与我们的志愿者同学们相处的不亦乐乎，你快乐我快乐，大家一起乐，学员



4、回收军训服



5、2011 阳光3月行



这样一张张单纯清澈的面庞,怎能不让人心生怜爱。

摆满各种工艺品的展柜非常引人注意,很难想象那么多精巧可爱的工艺品都是出自他们的手。



6、2011年3月万家帮庇护所到体院参观



7、2011年9月10日为红山街道残疾人托养中心送中秋祝福



大家在一起包饺子



博爱社成员和万家帮庇护所学员的默契互动



幸福大合影

只做回我自己

——风行者轮滑社

南体风行者轮滑社是于2009年经学校批准成立的直排轮滑爱好者自行发起和组织的校园社团。成立一年多来,从最初的10来人,已经发展到了60多名社员。

轮滑是一种体现力量的运动。用‘劲’体现出了一种力量的爆发。

轮滑是一种体现速度的运动,用‘风’体现出了一种身姿的飘逸。

寓意:力与美的结合。

这是一个群轮滑爱好者的俱乐部,一个极限运动的天地。本社团以训练、培养轮滑爱好者,追求运动和艺术融合的美感为目的。发展我校学生的业余爱好,活跃学生的在校生活。我们提倡追求自己的独特的个性,张扬自己异样的风采。主旨在通过轮滑运动活跃同学们的课余时间,练就一个健康灵巧的身体;培养一种不怕苦累痛坚毅

顽强的性格;建筑一种拥有“互助、虚心、礼貌、团结”概念的高尚品德。达到锻炼身体,以及促进社员交流,提高轮滑技艺。努力把轮滑社做成一个能融入北京轮滑界,带动北京各大校园轮滑之间交流的试点基地!

我们的口号是:只做回我自己!

社团精神:更高、更快、更炫。

轮滑社社团宗旨:提高大学生身体素质、丰富大学生课余时间,为轮滑爱好者提供交流平台,培养技术精英推广轮滑运动。增添校园生活的乐趣,感受轮滑运动的魅力,利用轮滑运动陶冶同学们的情操,增强他们的自信心,让同学们从中得到锻炼;把轮滑运动引进平凡校园生活,体验极限,缔造自我。

现在成为其中的一员的要求很简单:要求你对轮滑感兴趣,拥有自己的鞋或者板,遵守社团的纪律、听从社团统一安排的同学就能够加入我们!

我们的活动丰富多彩,有绚丽的平地花式训练,有热血激扬的平地竞速,有到其他院校的交流,有校内的活动参演,与小朋友一起互动……每天都有正常的活动而且采取自愿式参加,定期组织观看教学影像,定期组织刷街,定期进行会员的动作指导。

只要你对轮滑有兴趣,就能体会这项运动带给你的快乐是无穷的!!!





把汗水挥洒在梦想里

魂之动漫社

序

有一群人，因为热爱同样的事物，因为有共同的追求，所以聚集在了一起。大家都想为自己梦想添砖加瓦，所以甘愿从无到有，所以有了我们拥有了这样一个大的家庭——魂之动漫社。

魂·起步

当一群热爱动漫的学生们进入大学的校园后希望能将自己的这一爱好积极发展延续时，他们似乎遇到了发展的最大问题，那便是没有这样的团体或者发展的空间来容纳他们。这是对于

动漫社的第一个问题，或亦可以称之为考验——没有正规的社团机构。在仙林教学点的日子，我们都希望学校能成立这样的社团，于是在后来一系列的创办社团热中，动漫社也随着这一热潮诞生了——魂之动漫社。

魂之动漫社于2009年9月成立，广招热爱动漫或对动漫有兴趣的同学，为的只是丰富课余生活，充实大学生活，以各种活动方式带领大家领会动漫的乐趣，让大家更喜欢动漫，热爱动漫。魂是指一种精神的存在，同时也是一种心神活动所做出的思维意识活动。我们将动漫社命名为魂，是希望每一个热爱动漫的人都能有一个自己的魂，每一个动漫社的成员能有自己的思想，有自己的梦想，并且最终能为之而奋斗，这种精神上的激励与鼓励也成为了我们动漫社的核心宗旨。

在仙林的日子里，很多社团都创办了起来。但是随着时间的流逝，越来越多的社团在各种压力中消失了踪影，最后只有为数不多的社团存在

直至现在，而动漫社也是其中之一。下面便是我们在仙林奋斗的历程。

魂·奋斗（一）记仙

林教学点

起初建立动漫社，只有社长，副社长，个别成员，寥寥数人。众所周知，一个团队的壮大，并非几个人的努力便能成功的。于是我们最

先开始的活动便是招新，出海报宣传吸引大家的眼球，呼吁有同样兴趣的学生加入我们的团队，就这样，我们的社团在第一次招新后，开始逐渐壮大。

有了自己的团队成员，其次重要的便是组织开展活动。将有限的资源全部利用起来并且最终得到最好的成效，便是我们当时努力的方向。然而在有限的环境中想要从零开始组织活动使很困难的一件事情，所以我们开始只能在协调好教室的情况下，每星期于双休日的晚上聚在一起，观看了一系列动漫，如《死亡笔记》、《黑执事》等。

这样的活动每星期都在进行，在发展社团的过程中，社团内部还组织社员前去南京财经大学



观看了一场在那里开展的动漫活动。

但是仅仅开展这样的活动是远远不够的，于是在积极筹备很久之后，我们开展了一次 cosplay 真人秀，cos 的主题为动漫《家庭教师》，从前期拟定人选，准备服装，道具到后期化妆，造型，摄影，能够参与其中的成员都贡献出了自己的一份力量。这次活动虽然很小型，但是我们都感受



到了动漫社在渐渐起步。

在仙林最后的日子，我们共同参加了社团活动汇报演出。这一次活动是我们在仙林第一次参加大型活动，不再是几个人观看的演出，观众是

全体仙林的师生以及院领导。这对于我们是很有意义的一次活动，这证明我们子仙林一年的努力得到了大家的肯定，也让我们更加有信心去发展这个社团。

下面是我们表演活动的照片。



在仙林的一年，我们从零到有，从有又开始积累更多，也许我们做得还远远不够，但是至少我们都无怨无悔地付出了自己的一份力量。转眼一年，离开了仙林，我们在本部也开始自己的奋斗篇章。

魂·奋斗(二)记本部

新的学期开始后，我们从仙林的小环境进入了院本部的大环境，对于更加广阔的天空，我



们要再次扩充自己的社员，于是我们开始了第二次的招新活动。在第二次招新后我们的成员从原先的 20 名变成了 40 名。

学期伊始，我们代表本部的社团，

到仙林为新一届的学生讲述了创办社团的经历，并且交流了经验。

同时我们自己还组织开展了新成员的欢会，在会上，我们以知识问答的形式与新成员进行沟通、互动，使得大家很快便打成一片。

新学期的活动开展得快速了许多，我们在 11 月初便又进行了一场 cosplay 的外景活动。这次活动的主题是动漫《火影忍者》，虽然这次活动融入了很多新的成员，但是大家相互配合，完成的十分顺利，经过后期制作，照片也受到了大家一致好评。下面是活动的照片。

在本部，社团的发展才刚刚起步，我们对于



过去的成果，只能留存于记忆中激励我们经后开展更多的活动去超越、去创新。我们又自己的计划，更有自己的展望。

魂·展望

Cosplay: 希望能在渐渐成熟后参加大型的比赛，我们现在在这一方面属于刚刚起步，很多的东西都需要去学，但是如果日后真的能在这样的大赛上崭露头角，便也能成为学校一道亮丽的风景线。

绘画: 很多的动漫爱好者都希望自己能画出自己喜欢的动漫人物，所以我们在日后希望能开办学习绘画的班级，让动漫社的成员多向发展。

这两个目标是我们现在想要努力的方向，希望能借此将动漫社变得更有规模，让更多的人参与其中感受它的魅力。

总结

动漫社成立一年多了，酸甜苦辣各种滋味大家感受过、经历过。经历了这么久的努力，相信大家今后回将动漫共同经营得有声有色。



南京体育学院吉他协会章程

第一章：总则

- 1、协会名称：运动健康科学系 bravo 吉他协会
- 2、协会宗旨：培养学生音乐情趣，提高学生音乐素养和音乐欣赏能力。
- 3、协会组织机构：会长一名，副会长两名，理事三名，会员若干名。
- 4、每届的协会干部，由上届会长推荐，通过考核由社团部审核产生。

第二章：权利与义务

1. 协会干部以学习为首，热爱协会，责任心强，具备一定的吉他技能，有一定的组织和管理能力，在工作过程中必须以提高同学的吉他弹奏水平和音乐素养为基础，为吉他爱好者服务。
2. 对吉他感兴趣的同学均可报名参加协会。
3. 协会会员必须恪守协会宗旨，支持协会工作，维护协会利益，遵守协会有关规定。
4. 协会会员应积极参加协会组织的各项活动，不准无故迟到，早退，甚至不参加协会组织的活动。超过三次（包括三次）无故不参加活动视为自动退会，不再享有会员的权利和义务。

南京体育学院吉他协会坚持以“培养同学们对吉他的兴趣，提高自身音乐素养。”为宗旨，同时注重丰富同学们的课余时间，同时也给爱好吉他的同学一个很好的交流平台，使他们能够通过练习达到目的。



我们的会徽

协会通过举办众多活动，在丰富同学们课外生活的同时，增加同学们的音乐知识。协会成立于2010年10月，虽然成立时间不长，但她也经历了一段不平常的历程，在南京体育学院也有一定的影响。以下便是我们吉他社在这学期我们积极联系有经验的高校，寻找正规的老师和教学方式。努力为社员们创造良好的学吉他氛围。最终期中的活动总结。

我们将秉承“团结、进取、务实、创新”的原则，希望能在社团联合会的关心指导下把吉他社发展成为有特色，高水平，真正服务于大学生，努力提高综合素质的优秀社团。对于未来我社的发展，请大家充满信心，我们相信在不久的将来，南体吉他协会必将成为南体一道亮丽的风景。

极限飞盘是一项紧张激烈、而又无身体接触的 7 对 7 团队比赛项目。在世界各地有着几十万的玩家,它发源于美国大学生投掷馅饼盘,现在已经演变成一项融聚了许多运动特点的户外竞技运动。极限飞盘运动员通过各种战术方式的跑动、传递飞盘,让自己的队友在得分区接盘达阵,从而得分。为了赢得比赛,飞盘运动员通常需要具备良好的速度、判断力和技巧,同时也要求运动员具有高尚的体育精神和团队精神。这项运动的与众不同,不仅因其没有裁判而通过场上队员辅

以场边观察员来判决和男女同场竞技(一般每队 5 男 2 女),更因其主张和强调体育竞技精神和公平竞赛;激烈对抗的飞盘比赛必须建立在尊重对手、尊重自己、诚实自信地遵守比赛规则和共享运动乐趣的基础上。

极限飞盘起源于美国,是一项需要强体力、高技巧的运动,更是一项需要团队合作的运动,首位投出飞盘的人是在来自 20 世纪初期美国耶鲁大学的大学生。

新学期伊始,NSI 也将迎来新的开始!我们

年轻无极限

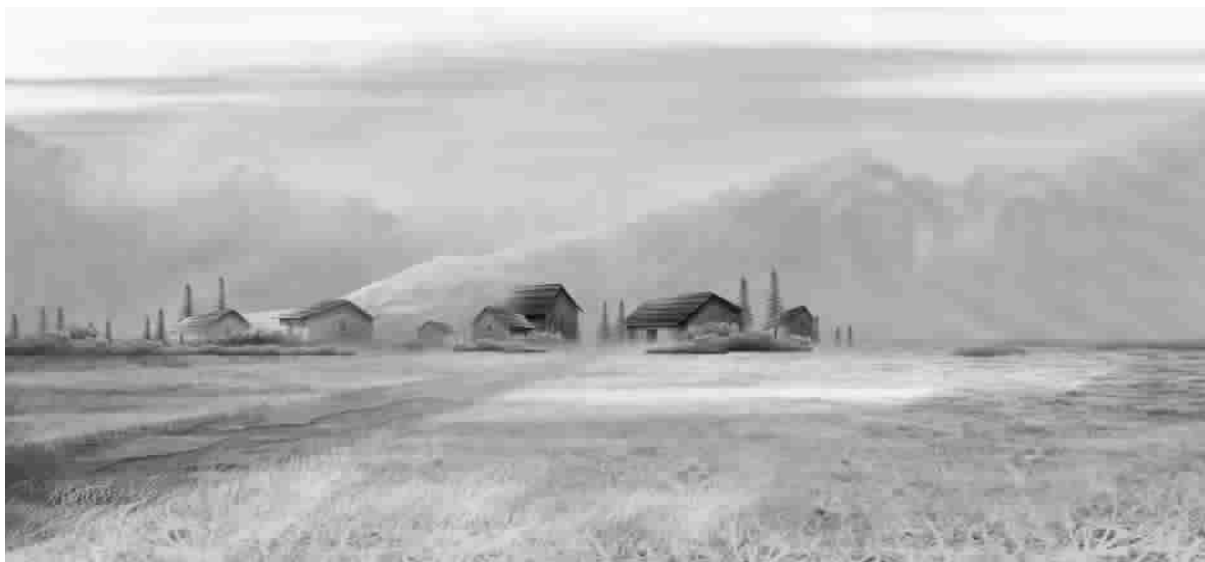
— NSI 极限飞盘俱乐部

的俱乐部即将正式成立了...感谢体院领导的鼎力支持与帮助,感谢康荣公司的技术及费用赞助,感谢赵老师的细心指导!也感谢所有体院人的拥护!

相信 NSI 会有一个更好的平台让队员尽情享受飞盘的乐趣..也希望会有更多的盘友加入到这项有趣的运动之中..在接下来的日子里,我们会有更详尽更切实的规划,在参与各项大小比赛的同时使飞盘这项极限运动得到推广..这是个很好的开端,相信我们会越走越远.....这是一个年轻的俱乐部,却注定与飞盘有着不解的缘分..从注册到成立经历了一段漫长的等待..这背后是太多

人的付出.....我们一起欢笑..一起跌倒..我们一起成长..一起追逐梦.....NSI 会是我们温暖的家.....

现在我们南体 NSI 极限飞盘队由体育系,民表系,运动系,健康系,高职院 5 个系别组成的一个拥有 82 人的强大阵容!在院领导的大力支持下,在康荣公司的赞助下,再有专业的赵老师为我们指导下,以及各位盘友的努力下,相信我们 NSI 俱乐部会越走也好,会越走越远。



我们是 Cool yeah!!!

——CY 街舞社

我们的街舞社成立于2009年5月1日,最初是由几个爱好街舞的学生发起的。他们凭着自己对街舞的热爱,在当时一无所有的条件下,建立了现在的街舞社。后来,我们有幸请到程宇老师作为我们的街舞指导,我社也正式更名为CoolYeah街舞社,简称CY街舞社。于是,一群怀揣着街舞梦想的年轻人,踏上了他们的追梦之路。

在经过大家的商讨,仔细的考虑之后,位于新街口的CY街舞工作室正式成立了。从此,街舞不光成了这群年轻人的梦,也成了当中一部分人的事业。于是,大家在苦练街舞的同时,也开始尝试着参加一些商业演出,一些比赛。最初的时候,大家只能抱着参加试试看的态度,只是想借此跟外界接触接触,开开眼界。渐渐地,我们也掌握了一些经验并开始获得一些奖项。2010年,我们参加了CCTV5五人制足球中场休息的啦啦队表演,还有江苏省高校街舞大赛等。最近的一次我们代表南京体院参加了南京高校街舞大赛,并获三等奖。这对于一个刚刚成立两年多的社团来说是一个不小的进步和荣誉。

我们在进步的同时也吸取着经验教训,并不断地弥补自己的不足。例如通过全国高校街舞大赛,我们开始意识到一味的苦练并不能成为一个顶尖的舞者,要攀至高峰,绝对不能封闭自己。我

们必须多和其他的舞者交流,互相切磋舞技,交流心得,这样才能进步地更快,飞得更远。从此,我们便开始积极地跟南京各大高校的街舞社进行交流,多次举行联谊活动,互相切磋,交流经验。既提升了街舞能力,又增进了友谊,成了我社的一笔财富。

虽然现在我们舞社还很年轻,但我们俨然已成为南京高校街舞界的一股新兴力量,何况年轻也是我们的资本,年轻才有更大、更阔的发展天地。我相信街舞社在我们所有社员共同努力下,会越来越好,Cool Yeah街舞社必然会成为街舞界的一方霸主。

亲爱的同学,不管你是抱着对街舞的热爱,还是想找寻释放压力的途径亦或你想成为万众瞩目的焦点,都欢迎你加入我们。只要你愿意,即使你零基础,我们Cool Yeah街舞社也期待你的到来。



南京体育学院三月戏剧社

成立时间:2011年9月

发起人:董彩云

指导老师:葛见珠 老师

社团的宗旨:

遵守宪法、法律法规,严格按照校团委、校社团联合会的规定筹办成立,不折不扣地执行我校社团管理规定的各项要求,以服务会员、丰富我校大学生业余文化生活而努力,配合学生会,共同建设我校积极、上进、和谐的社团文化,办出自己的特色,办出自己的水平。

我们话剧社就是要给爱表演的同学搭建一个舞台,不管是台前还是幕后那都是我们发光、发亮的地方。

社团精神:

快乐、坚持、团结、创新

浩瀚星际,我们就是群星中的一颗,或许光芒会被掩盖,或许热度会被遮挡,当我们用我们心中的赤诚演绎着自己的故事时,我们就是最闪亮的那颗。我们寻梦我们快乐,始终坚持自己心中的梦想,明白自己想要什么然后勇敢去追寻。我们戏剧社是一个集体,每个人都只是其中的一滴水,离开集体将失去能量,团结才是王道。我们明白戏剧的生命在于创新,故而求新、求变是我们永恒的追求。

社团组织构成:

社长一名,负责社团的总体管理工作;

副社长一名,协助社长管理日常事务,协调各部门工作,社长不在社内时,代理社长行使社长权利;

宣传部(负责剧目的宣传、推广、舞台布置以及后期剧目影像的整理工作)

剧务组(演员的召集安排、剧目的编排、化妆、道具等)

财务部(社团经费的管理、外来赞助的获得、演出开销的规划等)

活动范围:

1、校内各种大型晚会、校内业余表演等校内活动

2、校际交流,与外校戏剧社联合组织表演等活动

3、社会活动,参与社会公益活动、商业活动等等

学生社团类别、入团条件

自主成立 自愿参与 业余性学生社团

热爱戏剧、热爱表演、最好能有舞台设置等方面的知识及实际操作经验



关注弱势群体，消除歧视，关爱生命

——南京体院特奥社

2010年3月24日，在南京体育学院悠久历史的熏陶下，运动健康科学系以系的名义成立了特奥社。

本着“关注弱势群体，消除歧视，关爱生命”的行动准则，本社团积极活动与校内外，以饱满的热情投身与爱心事业，并在此同时结合自身专业知识与技能学习和应用，取得了非凡的成绩，受到校、系社团组织的各级老师的好评。

在运动健康科学系领导老师的指导下，特奥人通过不断的努力广泛散播爱心，在校内外进行了一系列

爱心志愿服务公益活动，为残疾人提供相关帮助的同时巩固专业技能，让大家在合作过程中不断的充实和全面提高自己的能力。于此同时，社团努力为每位特奥人创造锻炼自我，完善自我的机会，切实提高自身的综合能力，为今后的竞争添帆加翼。

最美不过夕阳红，温馨又从容，夕阳是迟到的爱，夕阳是陈年的酒，多少关爱化成一片夕阳红……在与老年人的接触中，我们感受到他们的孤独，我们努力去化解他们的孤独，我们希望老人们永远保留一颗不老青春心，我们可以一起欢笑，共同唱响那永远的夕阳红。

在与博爱庇护工场的

孩子们的接触中，对于爱心志愿与康复治疗事业我们有了太多的感悟，对于这些可爱而又不幸的孩子，我们心中贮满了浓浓的爱，爱心志愿不是简单的口号，而是有爱在心中就要表达出来，展现出来；康复治疗也并不是简单的手法治疗，我们更应该关注他们的内心发展与康复，并在与他们接触交流的同时加强他们对生活的信心。在游戏过程中，孩子们那印着悲伤的欢快，藏着不幸的笑声深深的触动了每个特奥人，让我们收获了满满的感动，同时爷真切地感受到了一种爱的责任，希望全社会所有的人都能够去关心、爱护这些孩子，让他们健康快乐的成长、成才。

作为一个公益性服务型志愿者社团，我们活跃于学校及社会的各个角落，帮助弱势群体有特奥人不辞劳苦的身影，助残活动中，特奥人总是站在前端。经过长期发展，社团已经形成了一整套健全的管理体制，拥有完善的规章制度，保证了社团工作健康有序的开展。目前，记录在册的成员已达35人。现在，还有不少同学要求加入，希望通过社团献出自己的一份力量，回馈社会，让爱心长存。



英语吧, 泡 WO 吧

我们的英语社团从成立至今也不过只有一年,当初这个社团成立的宗旨是为了提高我们院学生的英语水平,在这一年中我们一直在为了实现这个目标而不断努力。

社团的成立与开展为我院广大学生提供了发展英语能力的机会,让更多人加入社团,让更多人学好英语,让更多人在英语中遨游,使得他们的交流、口语等能力都得到了很好的锻炼,在学习的同时也得到身心的放松,交到更多的朋友,将学习和娱乐很好地融合在一起。

这一年中,我们的社团一路走过来,有欢笑也有泪水。在上个学期,我们开展了一个人物赏析,让同学们观看了由我们社团成员自己制作的一个关于约翰·尼德普的视频,了解了他的成长历程,并相互交流了观后感,不仅提高了我们的口语水平,而且也对我们将来的人生路起到了一定的启迪作用。在空余时间,我们社团成员或是对英语感兴趣的同学会在操场进行口语对话,可以是介绍近期的热门电影,推荐好听的英文歌



曲,或者朗读一小段美丽的英语短文,在放松身心,增进友谊的同时也锻炼了我们的语言组织能力。

相信只要我们都拥有学好英语的这份信念,都有为社团奉献的精神,我们英语社团的明天会更加美好。

金色的大学是美好的,阳光从云隙里细细地筛下来,碎碎的、纯纯的,仿佛一伸手就能满满地捧一大把。让我们积攒心中爱的阳光,在黑暗的角落以爱的阳光为火种点燃一支支蜡烛,汇成爱的海洋,祈祷美好的明天。大学是丰收的时节,我

们将迎来所有的特奥人,无论今后的风雨有多大,我们都会勇敢地并肩前行,前行在爱心奉献的路上,路上有你有我有我们共同的目标,让我们手牵手一起用真爱燃起明天的希望,更加广泛的播散特奥人之爱。



南京体育学院学生社团管理细则

第一章 总则

第一条 为了进一步规范我院学生社团的管理,推动学生社团的健康发展,繁荣校园文化,加强我院学生素质教育工作,促进校园精神文明建设,结合学校特点,特制定本办法。

第二条 南京体育学院大学生社团(以下简称“社团”或“学生社团”)同时包括隶属于学校党政职能部门及其系(院)、专业、工会、共青团等单位(部门)开展有关辅助性工作的学生群众性组织。

第三条 学生社团管理工作的总体要求是:以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导,落实科学发展观,全面贯彻党的教育方针;以推动学生全面发展为目标,坚持以人为本,全面推进素质教育,充分发挥学生自我教育、自我管理、自我服务的积极性;坚持建设和管理并重,积极扶持,规范运作,促进健康发展。

第四条 学生社团的管理体制

(一)院团委受院党委委托,履行对全校所有社团统一指导和管理的职责,团委授权南京体育学院大学生社团联合会在全院所有学生社团进行监督、管理与服务,大学生社团联合会在学院党委领导,团委的指导下开展社团监管、服务工作。

(二)每个学生社团有一个指导单位和至少一名校内指导老师,指导单位负责学生社团日常工作的指导,并向学生社团委派或聘请指导老师,指导老师具体指导学生社团开展日常活动。

(三)学生社团申请成立前,要主动联系愿意指导其日常工作的单位,团委可根据学生社团特点帮助其联系指导单位,凡没有指导单位的社团,一律不准成立,已成立的应解散或撤销。

(四)社团的指导单位必须切实履行对学生社团日常工作的指导职责,并委派或聘请专门人员为学生社团指导老师,每个社团至少有一名校内指导老师,校内指导老师应为学校教職員工,指导老师具体指导学生社团开展日常活动。

(五)隶属于学校党政职能部门及其系(院)、专业、工会、共青团等单位(部门)开展有关辅助性工作的学生社团的指导单位是其协助的单位(部门)。

第五条 学生社团的基本任务:

(一)遵循和贯彻党的教育方针,促进学生德、智、体等全面发展,提高学生的综合素质。

(二)开展健康有益、丰富多彩的课外活动,服务和凝聚学生,丰富校园文化。

(三)充分发挥沟通广大同学与学校党政联席的桥梁与纽带作用,参与校内民主协商对话和民主管理。

第六条 学生社团成员的权利与义务

(一)我院学生有权加入或退出任何一个社团,社团内部成员在享有权利和履行义务方面一律平等。

(二)社团成员有权了解所在社团的章程、组织机构和各项制度。

(三)社团成员有权对所在社团的管理和活 动提出建议与质询。

(四) 社团成员享有选举权和被选举权,有按章程担任社团职务的权利。

(五) 社团成员应当积极参加社团的各项活动,促进社团和谐发展。

(六) 社团成员要对社团负责人日常工作实行监督,对社团干部不称职的行为有向学生社团管理中心投诉的权利。

(七) 社团成员有按时交纳会费的义务。

第七条 我院学生社团成立,应当经相关系(院、部)团组织审查同意,报院团委审核批准,并依照本办法的规定进行注册。

第八条 我院学生社团的活动经费主要从我院学生活动经费中统一划拨和管理。社团通过会费缴纳、接受奖励或赠与等其他方式的经费由社团自主管理,受指导单位和学生社团管理中心的监督。

第九条 我院学生社团的成员应当是全日制高等院校中具有正式学籍的研究生、本专科学生和运动员。

第二章 学生社团的成立

第十条 学生社团登记成立,均需按照学生社团的行政助管类、学生实践类、文化娱乐类、公益与志愿服务类、体育竞技类、科技类等六大类别进行申请,一个社团只能按一类申请登记。

第十一条 学生社团的成立应具备下列条件:

(一) 成立条件。有1名社团筹备负责人及10名以上的学生联合发起,负责人必须具有开展该社团活动所具备的基本素质,且未受过校纪校规处分;有规范的名称和相应的组织机构;有规范的章程等。

(二) 成立程序。由社团筹备负责人持有效证件到团委提交社团成立申请书,社团管理中

心会对社团筹备进行为期一个月的审核调研,审核通过并予以公告,社团方可成立。

(三) 申请筹备成立社团需要提交下列文件:社团成立申请书;社团章程草案;社团筹备负责人的学生证复印件、上学期成绩单;社团活动计划书。

(四) 社团章程内容:学生社团的名称、类别、宗旨;活动场所、活动范围、活动方式;组织管理制度、执行机构的产生程序及其权利、义务;财务管理、经费使用的原则;章程的修改程序;社团终止的程序;其他规定的事项。

(五) 批准成立的学生社团应尽快以公告或召开会员大会的方式宣布成立。社团筹备必须自接到成立通知之日起30天内召开会员大会,通过章程,产生执行机构、负责人。筹备期间不得以学生社团的名义收取会费和组织社团筹备以外的活动。

(六) 社团成立申请不予批准的情形:社团宗旨、活动内容、范围不符合社团成立条件的;校内已经有性质相同或相近的学生社团,没有必要成立的;发起人受过校纪校规处分的;在申请筹备成立准备材料时弄虚作假的;超过批准筹备期限30天的;筹备社团的人数未超过10人的。



第十二条 学生社团的名称

学生社团的名称应当符合法律、法规的规定,必须体现社团宗旨和性质,应当健康向上,符合实际。不得使用对国家、社会、学校、公共利益有损害的名称;不得违背校园文明风尚;学生社团名称中不得含有“委员会”、“联合会”、“中心”、“部”、“办公室”等官方组织名称字样。

第三章 学生社团的监督管理

第十三条 学生社团的负责人

(一) 学生社团正式负责人必须由社团成员大会选举产生,同时必须是社团内部原有的会员,选举过程和结果须经指导单位以及社团管理中心的监督审核,报院团委批准后正式任命。社团负责人必须对社团的人员组成和社团活动负责。

(二) 担任社团负责人必须具备的基本条件。坚持四项基本原则,拥护改革开放,遵守校纪校规;德智体美全面发展;有较强组织、管理、协调能力,乐于为同学们服务。

(三) 社团负责人换届。应经指导单位同意,在院团委、学生社团管理中心统一安排部署进行,团委将在每年固定的时间段统一进行学生社团负责人的换届工作;凡不在规定时间段社团擅自更换负责人的,团委、学生社团管理中心会对新的负责人一律不予承认,对原负责人给予团内严重警告处分,并且在评优之时取消学生干部加分的资格。

(四) 学生社团负责人违法违纪处分。学生社团负责人违反国家法律法规,严重触犯校纪校规;利用社团名义、背离社团宗旨从事非法活动;社团管理混乱,造成严重后果的。校团委对相关人员进行开除团籍处分并移交相关部门。

第十四条 学生社团的变更、解散、撤销、注销

(一) 学生社团的变更、解散、撤销、注销、修改章程等事宜须经指导单位同意后报学生社团联合会备案,经院团委批准后方可生效。

(二) 学生社团的变更。学生社团有关事项(如名称)需要变更的,应经指导单位同意后30天内向学生社团联合会提出申请,经院团委批准后方可变更。

(三) 社团解散和撤销的情况。根据工作需要,院团委、学生社团联合会可解散和撤销任何学生社团。出现下列情形之一的,团委、学生社团联合会可解散和撤销学生社团。违反国家法律法规,严重触犯校纪校规的;利用社团名义、背离社团宗旨从事非法活动;成员人数不足10人的;一个学期未进行正常活动,机构瘫痪的;社团三分之二以上成员要求解散的;出现其他应予解散或撤销的情形。

(四) 社团注销。与学生社团章程规定的宗旨不相符的;会员大会决议解散的;分立或合并的;未按时注册的;一学年举办活动少于两次的;社团主动申请注销的;社团成员低于10人的;社团被责令撤销或解散的;其他原因终止的。学生社团注销应经指导部门同意后向院团委提出注销申请。申请应有社团负责人签名和会员大会通过的注销申请书,经院团委批准后方可注销。校团委应组织力量对其财务进行清算,并出具清算报告书。清算期间,学生社团不得开展清算以外的活动。学生社团应自清算结束之日起15天内向学生社团联合会登记。社团的变更和注销,应在报批后尽快以公告形式宣布。

第十五条 其他事项

(一) 学生社团不得刻制圆形公章。根据需要须经指导单位同意并在学生社团理事会备案后自备艺术图章和其他标志。

(二) 学生社团管理的其他具体措施由院团

委、学生社团联合会决定。

第四章 学生社团活动的管理

第十六条 社团必须依法开展活动。学生社团每学年开展大型活动不应少于两次,每次举行活动都须到学生社团联合会进行登记,对于在户外开展活动的学生社团,由学生社团联合会对其监督,对于未经审批的活动,学生社团联合会有权终止其活动,对于劝阻不理会的,对监管人员恐吓的,将给予相关责任人团内严重警告处分,情节特别严重,影响特别恶劣的,将给予责任人团内记大过处分。

第十七条 活动场地:学生社团开展活动使用场地不得干扰学校正常教学、工作秩序。学生社团开展活动的场地范围:教学楼、报告厅、学生宿舍区田径场等体育运动场所和一些户外场所。

第十八条 活动名称:学生社团开展活动的名称需经所在单位(部门)批准。如果举办名为“南京体育学院 XX 节、XX 月、XX 大赛”等冠以学校名义开展的活动,需报学生社团联合会审批同意后方可进行,凡未经批准擅自活动的,给予社团负责人团内通报批评处分,情节严重,造成恶劣影响的,撤销其社团职务,并给予团内记大过处分。

第十九条 活动内容:学生社团开展活动类型应在理论研讨、学术科技、文化娱乐、社会实践、志愿服务、体育竞技等范围内。严禁开展下列活动:违反国家法律及相关法规;危害国家安全稳定,泄露国家机密,破坏国家统一;损害国家荣誉和利益,破坏民族团结;违反国家宗教政策,宣扬邪教和封建迷信;宣传和散布淫秽、色情、暴力及其他不健康内容、散布谣言,扰乱社会秩序,破坏社会稳定;含有其他违反法律、行政法规和社

会公德的内容;扰乱正常的学习、生活以及教学秩序;损害学校环境和师生利益的行为;未经批准的商业活动,未经批准与社会商业及代理中介机构在校内从事广告、宣传、咨询、招生等行为;其他一切违反学校规定的活动。一经发现,撤销其一切社团职务,给予开除团籍处分,并移交相关部门处理。

第二十条 活动要求:学生社团举办任何活动须经所在单位(部门)审批同意,并在指导老师的具体指导下进行;学生社团开展活动以所在单位(部门)指导和管理为主;学生社团开展全校性或涉及校外社会活动、跨校活动的,须报学生社团联合会备案,院团委审批同意方可进行,学生社团开展活动审批最迟在活动开展一周前完成。

第五章 学生社团宣传单、报刊、露天宣传的管理

第二十一条 社团创办报刊应事先向院团委、党委宣传部申请,经审批同意取得刊号后方可进行。已经登记后的学生社团刊物名称、主办单位、主要负责人、资金来源、发行范围及方式、联系方法中如有变动,需要及时重新到院团委登记后,方可按改动后信息出版刊物。

第二十二条 社团在露天进行宣传应选择合适的时间和场合,控制音量,不得干扰学校正常的教学、工作和生活秩序。宣传结束后,社团应负责清理场地;将宣传活动借用的物品按时还到相应的部门。

第二十三条 学生社团进行校内平面宣传:宣传单、海报、板报等一些列平面宣传须报学生社团联合会审批通过,方可进行,对于未经审批的社团平面宣传,学生社团管理联合会有权撤销,情节严重的将给予社团负责人团内警告处

分。

第六章 学生社团的组织结构与管理

第二十四条 学生社团有学生社团会员大会、社团下属事务处理机构组成。

第二十五条 学生社团会员大会由全体会员组成, 会员大会是学生社团的最高权力机构, 依照本办法的规定行使职权。

第二十六条 会员大会行使下列职权:

- (一) 选举和更换社团负责人;
- (二) 审议批准负责人的工作报告;
- (三) 对社团变更、注销等事项作出决定;
- (四) 修改社团章程;
- (五) 监督社团财务工作。

第二十七条 社团会员大会应当每学期召开一次, 会员大会作出决议, 必须经出席会议的会员半数以上通过, 会员须将大会形成的决议报挂靠单位和院团委批准和备案。

第二十八条 社团执行机构是会员大会领导下的社团日常事务处理机构。执行机构由社团负责人组成。

第二十九条 学生社团负责人主要是指社团正副会长、正副社长、正副团长(若实行理事会制度的社团, 是指正、副理事长), 学生社团负责人不得兼任社团财务负责人。各社团部门的具体设置按社团实际情况进行。

第三十条 学生社团正式负责人必须由社团成员大会选举产生。选举过程和结果须经指导单位监督审核, 报院团委批准后正式任命, 社团负责人必须对社团的人员组成和社团活动负责。

第三十一条 社团负责人的更换。应在院团委和其指导单位的同意安排部署下进行, 院团委在每年规定的时间段同意进行学生社团负责人更换工作。

第三十二条 学生社团可以根据自己社团的实际情况建立分会, 必须向学生社团联合会提交建立分会申请, 经审批同意后方可建立。

第三十三条 社团须在每学期开学后两周内到指导单位汇报工作, 学生社团联合会在每学期固定时间统一开展全校社团的登记注册工作, 注册时须提供以下书面材料:

- (一) 上学期工作总结;
- (二) 上学期详细的财务报告;
- (三) 组织结构、成员名册变动情况;
- (四) 该学期工作计划。

第七章 学生社团的奖惩制度

第三十四条 学生社团联合会受院团委的委托每年结合各学生社团活动情况对各学生社团进行综合评估, 评选出“南京体育学院优秀学生社团”、并表彰一批“南京体育学院优秀学生社团负责人”、“南京体育学院优秀学生社团会员”。

第三十五条 学生社团有下列情形之一者, 登记管理机构有权责令其停止活动, 进行整改:

- (一) 活动范围、内容与社团宗旨、章程不符;
- (二) 不接受本条例规定、我院社团管理机构的规定和指导的;
- (三) 财务制度混乱的;
- (四) 应当进行定期注册而未注册的;
- (五) 社团执行机构有严重违纪行为;
- (六) 社团组织涣散、活动不正常的;
- (七) 其他应当进行整顿的情形。

第三十六条 学生社团有下列情形之一者, 经学生社团联合会确认属实, 将视情节严重给予相关人员团内处分:

1. 社团进行招新活动, 必须提前向学生社团联合会提出申请, 经批准后方可招新。
2. 社团招新成员名单必须及时报到学生社

团管理中心,如隐瞒不报或少报,将给予相应团内处分。

3. 社团招新收取的会费必须及时上报学生社团联合会,如少报或瞒报,将给予相应的团内处分。

第八章 学生社团经费的管理

第三十七条 院团委指导学生社团联合会监督各社团招新时负责统一收取会员会费工作。收缴的会员会费分配如下:100%款项返还给社团,并有社团财务负责人专门保管,用于本社团支配日常工作的经费。

第三十八条 院团委以奖励活动经费的形式支持优秀社团开展活动。在报经指导单位和院团委批准后,社团可以接受有关单位和个人的捐助与赠与。

第三十九条 学生社团接受社会捐赠或资助下开展活动,须经社团主管单位审批,在有利于繁荣校园文化和支持学生活动的前提下进行,合作协议和活动详细方案须经团委审核认可,报学生社团联合会备案。赞助资金的30%上交学校财务处,用于社团建设、会员权益维护,其余部分返还给社团,在指导单位和指导老师的监督下使用。凡出现瞒报,少报情况,一经发现将给予相关负责人团内严重警告处分,并取消其一切团内评优资格,限制其社团开展活动。

第四十条 社团必须建立经费收支账目,账目有社团负责人以外的

财务负责人负责。学生社团联合会定期对各社团进行财务审查。如没有通过社团财务审查,将收缴该社团一切会费,在社团活动场地审批上给予限制,并撤销社团负责人职务。

第四十一条 社团每学期必须向所有社团成员公布社团经费收支情况。

第四十二条 社团财产为社团集体所有,社团负责人或其它成员严禁随意处理或占有,否则将追究相关责任,严重的将给予团内记大过处分并撤销其社团职务。社团解散时,其财产由团委组织社团相关人员清理和处理,社团原有人员不得擅自处理。

第四十三条 会员退会,在会员会费上交后15日内向南京体育学院学生社团联合会提出退会申请,经学生社团、会员、学生社团联合会三方同意后退还会费。

第十章 附则

第四十四条 本办法院团委、学生社团联合会有解释和修改权。

第四十五条 本办法自颁布之日起实施。
最社团:驻足梦想的青春年华





军训四味

——军训开幕有感

体育系 周南

惊涛骇浪造就了海的波澜壮阔,悬崖峭壁塑成了山的奇特险峻,点点涟漪点缀了湖的动静相持。百味的军训也许带给我们的是无尽的风雨,但当我们回头再望去的时候,给予我们的却是一座又一座的彩虹。

就是这些夺目的色彩,一直在描绘着我们精彩的人生。

【酸】

我们大多是90后独生子女,我们总在父母种植的大树下无忧无虑的成长。这么多年来,第一次离开父母参加艰苦的军训,孤独、疼痛、受挫,总有一些时候,想家的情绪点燃起我们一遍又一遍的思念。我们并不喜欢这种酸酸的味道,但也许就是这种味道,不断的催促着我们快快成长,鞭策着我们向着独立自主自强,一路奋进。

【甜】

新鲜宜人的空气,绿山环绕的操场,嘹亮的军歌声,飘曳的迷彩服,整齐划一的步伐,同甘共苦的伙伴情,原来军训的生活是甜甜的,只是淡淡

地甜美,却足以带给我们坚持到底的动力,也让我们感受到了军人的情怀。我相信,苦中觅甜甜更甜。

【苦】

严正肃穆的气氛,雨中站军姿,长途踏步走,向左向右转,前后看对齐……刚正式开始的军训,却有着有一丝不苟的要求。有人抱怨,有人难以忍受,但是我们深知这些苦都是我们迈向成功的奠基石,挥洒的汗水淹没不了我们的意志,艰苦的训练我们能承受的还有更多。

【辣】

总能听见教官大声的叱喝,语句简单又直接,害臊低下的面颊一阵红一阵白,没有过多的借口和辩解,只是在下一次操练的时候咬紧牙关想要做到最好。因为我们知道,军人就是这样简单直爽,这种辣辣得味道里饱含着他们真心希望我们能更好的良苦用心。

我们的军训刚刚开始,我们要走的路还很长,百味的人生,四味的军训,痛并快乐着,我们在军训中成长!

军

训

小

记

体育系
魏伟

今天是一个值得纪念的一天,因为我们今天正式吹响了军训的号角。

也许会有人说“军训就是魔鬼般的训练,但是你可曾想过如果一个人没有经历过困难的磨练,那还能算是拥有完整的人生吗?我认为这并不是我们所追求的精彩人生,只有经历过苦难及魔

鬼般的训练才能让我们成为人上人,才会拥有精彩的人生,才会以一个坚强、傲然的姿态迈入大学的殿堂。

军训让我们可以学到很多东西,特别是今天下午的第一次军训,让我深刻地感受到军人严格训练,铁的纪律是永恒的主题。如果我们经历过刻骨铭心的军训,你就会成为一个真正的英雄,美丽的指甲没了,挂饰不给戴了,或许有的人要问:“为什么手机也不给带。”对此我只想说,指甲现在剪了,以后还会长出来,挂饰不给戴,你可以在军训之后选择继续戴,因为这是你们的自由。但是军训只有这一次,错过了这一次就没了,如果你没有认真去军训亦或是没有参加,那么当你年老回忆这段往事的时候,你会非常遗憾你没有感受到军训的滋味,更没有体会到身着迷彩军装自豪感,如果真到那个时候就一切都迟了。所以我们要以一个强者的姿态迎接着到来的军训。而对于手机只是身外之物,拥有QQ不是拥有生活的精彩。

从今天教官的发言中,我了解到一个人的意志,没有经过苦难的砥砺,就不会一个强者的姿态站起来,就不会懂得奋斗的乐趣,不会理解成功的艰辛,……军训时段暂的,但严格的训练,服

从命令,铁的纪律是军人也是我们青年说需要学习的,特别是我们这批90后没有吃过苦,受过罪的。军训会让我们懂得:对于生活中的磨砺和坎坷。我们不但不要害怕,逃避,还要张开双臂一拥抱的姿态去迎接,以沐浴的姿态去感受,因为磨练实在是成就不烦人生的甘霖。能够用心去感受磨练,我们才能在激烈的竞争中游刃有余。漫长的军姿,踢不完的正步,挨不完的训斥将成为此次军训的主旋律,但就是这些训斥会使个个脆弱的我们慢慢变得坚强,下午严肃的训练场使我们每个学生英姿飒爽,但绝没有矫揉造作,有的是勇敢,坚强,我为我市这队伍里的一员而感到自豪,骄傲。

“掉皮掉肉不掉队,流血流汗不流泪”的格言已成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭。虽然在接下来的军训没有部队里的正规,严格,但从中足以让我们深深的体会到作为军人的酸甜苦辣,不觉中油然而生一种对中国军人崇高的敬意。

今天的军训在淋漓的小雨中结束,希望我们能摆正心态,和教官友好相处,履行自己的责任与义务,希望我们2011级新生在军训中顶得住日晒,经得起风雨,展示我们90后的风采。





电影镜头里的军训人生

体育系 蔡梦茹

今天我们大一新生的心情是很激动兴奋的，因为终于迎来了期盼已久的军训，在每个人的心中都有那么一个英雄梦，所以在看见教官们时，都是羡慕中夹杂着敬佩，又带着点热情澎湃。

“一、二、三、四”响亮口号声冲破云霄，响彻在咱们南体的角角落落。那有力的声音或许惊醒睡意朦胧的你，那整齐的踏地声或许打扰了专心学习的你，但是那个不可阻挡的气势却让每个人心存敬意。

九月十七日，我们体育系开始军训。一个“小军营”在我校建立起来了！

镜头一

黝黑的皮肤，整齐的军装，有力的步伐，规范的动作，响亮的口号，军人的风范展现无余。教官们以强势的姿态出现在大伙的眼前，我们的目光定格在他们身上。

咱们一连三排的教官姓郭，相处下来就会发

现他是个温和、易相处的的人。郭教官告诉我们女生，要做就做个像巾帼英雄那样的人，不怕累，不怕苦。他还给我们定了许多规定，充分展现了军训中的严谨，守纪律。

镜头二

“立正——”“向右看齐——”操场上回荡着教官的号令声。今天没有热辣辣的太阳，却有着热辣辣、滚烫的心。即便有汗水从脸上滴落，我们只管两眼直视前方，努力地做好动作。

并腿、双脚分开呈 60 度、手指按规定摆放、抬头、挺胸、收腹、身体前倾，这就是站军姿。虽然要求很多，我们却都在认真地排练着。军训时辛苦的，但学生不忘苦中作乐。教官们发出“休息”命令时，女生们都在说着悄悄话，整理衣服，笑声不断。乐在其中。

军训才刚刚开始，南体的“小军营”会有更好的表现，以后的日子会越来越有意思。

Start of Something New

体育系 许晓晓

从高中到大学不是华丽的转身,而是静默蜕变的开始,我们正奋斗并享受着我们的青春年华。

这个夏天,我们是校园里醉靓丽的那一抹“绿色”,不管是酷暑难耐海华丝细雨纷飞,我们站得笔直,喊得响亮,低头看看身上的这身军装,我知道这不是游戏,而是“荷枪实弹”的军人生活。大学不仅仅是学习知识求职的更高学府,更是一种提高个人自身素质的修养,培养锻炼能力的殿堂,这样丰富的精神生活,在这里,我们要用足够的信心,恒心和决心去面对生活,面对每一天。

当今天我们开始了阔别三年的军训,说实话,有一种亲切感,在我们的记忆中军训的生活虽然是很累,但从中我们了解了军人是怎样培养我们的耐心,毅力,决心,更重要的是培养了我们

的之间的友谊,我们一定会记住这次的军训。

军训的第一天,我们既紧张又兴奋,我们时时刻刻都被严格的纪律性的氛围所深深感染,被教官的军人意识与思想所感染,让我们明白身为军人的一种荣誉,更加的让我们明白身为新一代的责任由多重要。如今的一切都像在演绎着我的理解,一切都是那么美好,那么的真实,让我们的生活变得充实起来,让我们更加憧憬接下来的四年生活。

大学是我们成为划时代人物的起点,在这里,每个人都开始释放着个性,内向的同学会渐渐知道交际的乐趣,开朗的同学正为学生生活而勇往直前,同样的激情,同样的热烈,我们为青春而努力向前。

愿我们在南京体育学院拼出自己的一片天。

It's the start of something new.

军训小诗一则

体育系 居银香

是迎风的面孔和一起携手的笑声
忘不了的
是追风的旅人
不经世的少年啊
抹不去我们眼神的执着与渴望
风雨晒考验
带不走这份军魂的爱恋与追惘
长江水滔滔
难忘仲夏 蝉声阵阵
南体天空 清风徜徉
唱不完的激情与刚阳
红歌嘹亮
军旅之谊
我们坚定的脸庞
泥土芳香
绘不尽的憧憬与梦想
绿树红花
青烟白云
我们稚嫩的初遇
艳阳九月



盛开的青春

奥林匹克学院 王清妍

青春是骄傲的花，在时间的历练中盛开、妖娆、张扬。

十年寒窗，我们终于走进了梦想的大学校园，满怀着兴奋与憧憬。大学生涯的第一课便是为期两周的军训。在这两周中，我们走出了凉爽的空调屋，穿上了统一的绿色军装，步伐整齐地走在烈日下。空气中充斥着青春特有的骄傲的气息。这朵骄傲的花将在时间的历练下绽放；这朵坚毅的花，在烈日的炙烤下勇敢地盛开。

南京的烈日从来不会心软，它不会因为我们的训练而变得温柔。或者正因为我们的训练，它才愈来愈烈，它是在考验我们是否坚毅、刚强。

我们在烈日下站军姿、齐步走，不抱怨、不放弃。我们用行动证明，我们的青春具有刚强的特质。我们的青春不颓废、不懦弱，无畏困难、坚持到底。瞧，连汗水也来为我们即将盛开的青春之花加油喝彩。它们在我们的脸上欢乐地跳动，似乎在告诉我们青春这朵激情的花将要高调地盛开。

如果青春真的是朵花，那时间的历练便会让种子发芽。烈日的炙烤便是花儿盛开的必要条件，同学们的坚持就是它所需的营养。因为我们都明白，只有体验过、经历过，青春才会像花儿般盛开，绽放出美好的形状。



风雨中的成长

运动健康科学系
刘小玮

虽说已是入秋,酷暑的炎热带着一些不舍,迟迟不肯消散。太阳高悬天际,将那令人极易烦躁的情绪和着高温,无情地抛向大地。

在这人们唯恐躲避不及的天气里,有一群挺拔的身影,战骄阳、斗烈日,仿佛一棵棵青松,在酷热的天地间屹立不倒;有一群刚毅的身影,穿着整齐的衣服,列着整齐的队伍,迈着整齐的步伐,喊着整齐的口号,如同一个个钢铁巨人,不觉疲惫;有一群矫健的身影,在烈日的打磨下,脱去了稚气的脸庞上多出了成熟与稳重,似乎一株株花朵,经历着结果前最后的风雨洗礼。那,就是我们,刚刚步入大学正在接受军训的大一新生。

军训,我们大学生活的第一节必修课。通过军训,让我们暂时放下了学生的身份,以一名军人的标准严格要求自己。军训,让我们掌握了基本军事知识和技能,提高了思想觉悟,激发我们的爱国热情和集体主义精神;让我们这些从小生长于温室中的娇嫩花朵,洗去了一身的娇贵气息。取而代之的是逐渐坚强的意志和坚忍不拔的品质。艰苦奋斗的作风,提高了我们的综合素质,使我们树立了正确的人生观和价值观。

天气的炎热与严格的军事化要求,是对我们新生的体能和心理素质的严峻考验。在教官的带领下,我们长时间地一遍又一遍地操练动作,常常是汗流浹背,湿透了身上的迷彩军装。“有放弃的吗?”教官如是问我们,得到的回答却都是安静而又整齐的队列。“流血流汗不流泪,掉皮掉肉不掉队”,这不仅仅是我们的口号,更是我们的决心!有同学在训练过程中倒下过,但他们并没有因此而退出军训,而是顽强地站起,在经过短暂的休息后毅然回到了队伍中。在他们满是汗水的脸上,我看到了真正的坚强!“十年磨一剑”,十多天的军训造就了我们大一新生。我们就是军人,我们是铁打的汉子!“不经历风雨怎能见彩虹?”只有在军训的磨砺下,我们才能脱去稚嫩走向成熟,练就出不怕吃苦不怕累、永不言弃的高贵品格,为今后的学习生活打下良好的基础。军训就如同一场等待已久的风雨,接受了风雨的洗礼,我们才能真正的成长,才能在广阔的天空展翅飞翔!

苦中有乐的旋律,回荡在军训的操场。看风雨中的操场,造就祖国明日栋梁!

放不下的那些习惯

体育系 徐梦菲

放假回家,跟妈妈聊天。聊着聊着,妈妈突然兴奋地说,等家里经济更稳定了,我们就搬到街心公园那边去吧。我纳闷,好好的搬什么家啊,这里住得多好啊。妈妈耐心地解释,街心公园那边的房就快完工了,新房设计的特别漂亮,周围风景也好空气也新鲜,离上班的地方还近,多好。我心里突然闷起来,嘀咕道,可这边也很新啊,风景也不差空气也挺好。妈妈不解地看了我几眼,这边都建多少年了,房子都旧了,然后起身去拿水果。

剩下我一个人愣愣地坐在那里,才忽然想起来,原来搬来这里已经有8年了。六年级的时候搬过来的,三年初中,三年高中,算上大学的两年,八年,是个好遥远的时间。可在这之前我实在是一点意识也没有,只记得在这个家,过了好久一段或开心或难过的日子。没想到,就我脑海里的似乎不长的那么一段日子,就已经有八年之久了。

是舍不得了,妈妈说想搬家的时候。然后一直在想,怎么能搬家呢,怎么能搬家呢,搬到了新的地方,房间肯定要变,那已经习惯了八年的放东西的地方都会跟着变,会找不到剪刀找不到感冒药找不到爱看的书……习惯这么一被打乱,就好像什么都找不到了。还没决定搬家,我的心里就郁结起一股闷气来。

这种感觉,跟刚上大学的时候一样。刚进南体那会儿,心里堵啊,小学、初中、高中都是在家周围的学校上的,现在突然就来到到一

个完全陌生的地方,着实有些难受。倒不是离不开爸爸妈妈帮自己什么都安排稳妥的娇气,只是一想到周围不再是那些熟到只听声音就能喊出名字的老朋友,就觉得不习惯的很。室友说我极念旧,挺中肯的评价,其实就是习惯了一些事情一些人,拿得起,却再也放不下了。

习惯这东西,真的不是说放下就能放下的。

每个人都会有自己的习惯,有人习惯吃完饭喝茶,有人习惯吃完饭散个步,还有人习惯吃完饭看新闻……如果有一天打乱了他们习惯,让习惯喝茶的去看新闻,让习惯散步的去喝茶,不知道该生出多少郁郁寡欢来。这就是习惯,谁都有的放不下的习惯。

就好像很多人随手就会用到的东西,一开始会被随意的放在哪个地方,然后每次用完了会下意识的再放回去,接着只要没有什么特殊情况,那些东西就会一直被放在那里不会再变动了。时间久了,放东西的地方在脑海里根深蒂固,有一天就会成为无可取代的习惯,很难再改变了。随手的物品尚且如此,那些生活在自己身边的人就更不用说了。习惯,不是非它不可,只是难以取代。

有人喜欢晨跑,有人喜欢喝茉莉茶,有人喜欢静谧的午后闲步山野小径,也有人喜欢宁静的夜晚仰望星空,还有人喜欢……那些我们喜欢的,我们通通放不下,久而久之,就成了习惯,拿得起,却真的很难再放下。

在你心里，最有价值的事情是什么？

这是整个电影故事中最后一个提出的问题，依旧全黑色的背景，浮现出淡淡衬在上面的白字。各种喧嚣或静谧的街头，和家人在一起，和爱的人一直到老，纯真……各色的答案是人们一直在向往或是已经失去的东西，这些便是停留在心中的价值。

姐姐朵儿原本是读设计，妹妹蕾儿原本是读贸易，后来都觉得不适合自己的。而在这之前，她们的爸爸死后留下一笔钱，妈妈做了两张签给姐妹俩抽，于是姐姐读书，妹妹环游世界。这是影片抛出的第二个问题：如果你有一笔钱，你是去读书还是去环游世界。又是各种场景的街头，每个人在阐述着假设的问题，答完后，正常地走向自己的路。回到第一个问题：如果你的车被车撞了，你是要赔偿金还是要一车子的海芋。因为姐姐她选择了海芋，所以在朵儿咖啡馆开业的那天，她的同事挑了最不实用的东西当成礼物换她的海芋。刚刚开门的咖啡馆，在一大堆不实用东西的衬托下，日子就开始了。

蕾儿因为不想清理水沟，所以用一本泰国食谱与人交易。于是，以物易物开始了。蕾儿想就此换得一部车，同时，帮姐姐换一套可以送给妈妈的骨瓷。

姐姐因为这样逐渐泛起涟漪的日子认识了

第36个故事

体育系 韩菲静



35块来自世界各地肥皂的主人——群青，他要用这些肥皂换35封女生为他写的情书，姐姐经常听他来讲故事，每次都会为一块肥皂配上一幅画，当35个故事全部讲完后，他走了，带走了全部的肥皂和画，他说：那些是我的美好的回忆，我不换了，画我也带走，因为是我用故事换的。

不悲不喜，两个心里的角色在彼此对话，姐姐是在乎的，她用自己的店与旅行社换了世界上35个地方的机票，去当一个

沙发客。妈妈曾在路边摊问姐妹俩的目标是什么，姐姐说存钱，妹妹说环游世界。最后姐姐去环游世界了，妹妹留下存钱。

群青最后在咖啡店等姐姐，姐姐扒着车窗看着去机场的天空。

其实有的时候，每个人在自己的心中有一杆小小的秤，就像妹妹始终心里有易物的逻辑在，而姐姐也有自己的。所以当妹妹不想白换东西的时候，姐姐可以凭两首歌，换人以歌集。可以一直用吉他换木马，再用木马换吉他。

其实只是在静静地等待自己的目标，一件事，一样东西，或是一个人，然后鼓起自己所有的勇气让生活可以继续下去，无论是听故事、换东西、还是卖咖啡。

星期一是生乳酪蛋糕，星期二是提拉米苏，星期三是手指泡芙，星期四是布朗尼，星期五是烤布雷，星期六是戚风蛋糕。



在厦门，邂逅一只猫

体育系 张咪

美丽的七月，不安份的浪花，恬静的海风，让人心驰神往的鼓浪屿，数不清的明信片和张三疯奶茶……厦门，就这样，低调地炫耀着她神秘的美好。我终究只是过客，但却是一个不想走的过客，还未离开就想着下次什么时候来的过客。

7月3日下午到达厦门，没有急着去岛上，而是在相对繁华的市中心落脚。在鹿港小镇吃着招牌菜，看着窗外行色匆匆的人，感受这一个城市的夜生活。陌生的街道，来到厦门或许是一时冲动，但当感受了这个城市的脉搏，你对她的期许就会愈渐浓烈。走在广场上，逛了逛商场，还很冲动地在电影院看了《雪花秘扇》，拖着疲惫的身子回到旅店，养精蓄锐，明天就向鼓浪屿进发。

7月4日，离开喧闹的中心，来到事先定好的民俗。海边小馆，老板娘很是热情，把线路、景点、吃什么喝什么，通通给我们介绍了一番。各种好奇与冲动，只想快点到岛上。环岛交通很方便，29路几乎什么景点都到。大约十点半到了码头，坐轮渡，终于鼓浪屿。岛上人很多，但大多是散客。端着单反，捧着奶茶，手中的竹签上是各种小吃。没拿地图，没有计划，走哪算哪。很多工艺品的小店，在巷子两边整齐地排列着，从一家到另一家，或许你什么也不会买，但就是觉得好有趣。会想说，有一天，我也要开一家这样的店，可以看



到游客欣喜的表情，那多好。

到了鼓浪屿，却没有在张三疯喝上一杯奶茶，绝对是一件遗憾的事。奶茶铺里的位子不多，总有很多人在等座位，墙上满是便利贴纸，你可以在这里坐很久，还可以偷看柜台里，帅气又清秀的奶茶小弟。张三疯是一只鼓浪屿流浪的猫，它用肥肚子和睡姿告诉人们，生活，本没有那么累。

当你走累了，你可以在买明信片的店，精心挑选明信片，寄给你在意的人，因为有了鼓浪屿的邮戳，有了奶茶的味道，这张明信片，比任何礼物都更具有意义。店里放着舒缓的音乐，按摩着你的心，让你在喧嚣中，找到了一刻的宁静。五颜六色的笔，写着不同的地址，寄予的，却是相似的



心情。你也可以选择慢递，给未来的自己，寄一张明信片，或者给你想祝福的TA。因为，时光从来都是最微妙的事情，此时的情景，若能在以后的某一瞬间不经意地重现，一定

是件浪漫的事。

7月5日，走在烫脚的沙滩上，站在潮湿的贝壳边，你不必挪动，只要等海浪一波又一波地拍打你的脚面。太阳晒得人很慵懒，闭着眼睛，对着阳光，脑子里就是空空的，虾米都不用想。怕吃海鲜过敏，终究打消了这个念头。下午，在香火缭绕的南普陀外走了一圈，有骑着单车徜徉在厦门大学里，好希望，自己的某个部分可以留在这个城市，好能让身体的那部分名正言顺地属于这个城市。她的美，真的充满了惊喜，你无法一一阐述，只能偶然邂逅，就像你在鼓浪屿邂逅一只猫一样。

7月6号的飞机，即将离开这座城市，时间太短，思绪太长，无法说服自己找到那个契合点。我只知道，下次，我还会来，让自己，再一次浸入这个美丽的城市。



我们正当年

体育系 吴建昕

当我写下这些，后知后觉一年的时光就这样匆匆过去了。365个日夜，8760个小时，525600分31536000秒，计以庞大的数字，在世间每个角落安静地流逝着，记忆一不小心就跑到了身后。

一年的时间，不短也不长，有的人一生的命运就此改变，也有的人仍旧只是平平淡淡的过生活，仿佛这一年，什么都没有发生过。

无论是哪一种，那些已经过去的飘忽远久的记忆，离我们的人生，和将要奔赴的未来，从此再没有交集。

记得大四学长离开的时候，毕业晚会处处是煽情，纵使我这这个外人都险些落下了泪。转眼就是14号接新生，又是一批不知名的孩子进来我们周围，走我们曾经走的路。

而人生，就是在这样一批又一批前赴后继的青春里奔流成河，残酷且不容怀念。

我们正当年。

很久以前的一个朋友写下的日志标题，并没有看内容，却因为这几个字说不出话来。

这一年你遇见了谁，爱上了谁，又错过了谁。

快乐的，悲伤的，得到的，失去的。

有那么一瞬间，你在午夜梦回的月光下，看见一年前青涩的自己，你咧着嘴轻轻笑了一下，什么都没有想起，翻个身又迷糊睡过去。青春就此长眠。

有梦停留的地方就有远方，《五环》诚邀您的加入。

有一种信仰，源自梦想。有一种感动，源自拼搏。

有一种精神，源自《五环》。

无论你来自哪里，只要你心中有梦，我们的大门永远向你敞开。

来稿请寄：共青团南京体育学院委员会《五环》编辑部（邮编 210014）

或发送邮件至：wuhuanmagazine@yeah.net wuhuanmagazine@sina.com

详情敬请关注我们的官方网站：

人人主页：<http://www.renren.com/wuhuanmagazine>

新浪微博：<http://weibo.com/wuhuanmagazine>